

DER CHLORREICHE

Zeitung der Thüringer
Schwimmjugend

BADELATTSCH



Ausgezeichnet mit einem Sonderpreis der Thüringer Sportjugend 2003

Eintauchen in den Leistungssport Schwimmen

Schwimmen meistern



Juli - 2024

Thüringer Schwimmjugend ► www.thueringerschwimmjugend.de

Vorwort	03
In eigener Sache	04
Vorstellung neuer Mitglieder	04
Rückblick 2023/24	07
Weihnachtszauber Berlin	07
Jugendvollversammlung Jena	09
Kinderwochenende Lauterbach	11
Aus den Vereinen	13
Rätselspaß	21
Abteilung Wissen	28
Spannende Unterwasserwelt: Haie	28
Leistungssport Schwimmen	32
Leistungssportler*innen im Profil	34
Unsere Empfehlungen	37
Essen am Wettkampf- und Trainingstag	37
Ankündigungen und Ausblick	38
Packliste für die nächste Veranstaltung	39

Liebe Leserinnen und Leser,

mit frischem Schwung sind wir in das neue Jahr gestartet, begleitet von einem frisch gewählten Vorstand, der voller Tatendrang steckt.

In dieser Ausgabe stellen sich Marina, Eva und Niklas vor, sodass ihr sie besser kennenlernen und auf den diesjährigen Veranstaltungen wiedererkennen könnt.

Das Kinderwochenende 2024 hat bei allen Teilnehmer*innen große Begeisterung ausgelöst und wir hoffen, dass wir beim Jugendwochenende ebenso viele strahlende Gesichter begrüßen dürfen. Lest gern den Bericht auf Seite 11, um mehr über unser Wochenende im Nationalpark zu erfahren. Schwimmen ist nicht nur eine tolle Möglichkeit, sich im kühlen Nass zu vergnügen, sondern auch eine großartige Sportart, um fit zu bleiben und den Sommer in vollen Zügen zu genießen.

Wir würden uns sehr freuen, euch beim einem der vielen Events oder Wettkämpfe zu begrüßen! Was sind eure sportlichen Ziele und Highlights in diesem Jahr? Inspirieren euch die Olympischen Spiele in Paris zu neuen sportlichen Höchstleistungen? Auch wir haben uns dieses Jahr mehr mit dem Thema Leistung im Schwimmsport beschäftigt. Aber lest selbst nach.

Schwimmsportliche Grüße
Julia
Vorstandsvorsitzende der TSJ





Niklas Hellner



Woher kommst du?

Eisenach

**Wie bist du zum Schwimmen
gekommen?**

Nach meinem Seepferdchen Kurs vor
14 Jahren hat mir das Schwimmen so
viel Spaß gemacht, dass ich nie
wieder damit aufgehört habe.

**Welches Reiseziel steht ganz oben
auf deiner Liste und warum?**

Ich habe drei Reiseziele, die ich mir
unbedingt anschauen möchte. Als
erstes Island, dann Madeira und
natürlich Australien. Dort würde ich
gerne die Kultur und die Natur
entdecken.

**Wenn du einen freien Tag hättest
und keine Verpflichtungen, wie
würdest du ihn verbringen?**

Natürlich wie jeden anderen Tag in der
Schwimmhalle und danach bei meinen
Liebsten.

**Was ist das ungewöhnlichste
Essen, das du jemals probiert hast,
und wie war es?**

Ich würde sagen, Froschschenkel auf
dem Weihnachtsmarkt. Eigentlich sind
sie gar nicht so schlecht. Es schmeckt
fast wie Chicken.

**Welche historische Person würdest
du gerne treffen und was
würdest du sie fragen?**

Michael Phelps. Ich würde ihm einfach
nur danken. Danke für die Inspiration
am Schwimmen.

**Wenn du die Möglichkeit hättest, eine Schwimmtechnik zu erfinden, wie
würde sie aussehen?**

In der Rückenlage: Rücken-Arme, mit Delfinbeinen. Die Schwimmtechnik würde dann
Helikopter heißen.



Marina Moser



Woher kommst du?

Wünschendorf/Elster (Schwimmverein Gera)

Wenn du einen freien Tag hättest und keine Verpflichtungen, wie würdest du ihn verbringen?

Ganz viel quality-time mit meinen Freunden, meinem Freund und/ oder meiner Familie.

Welches Reiseziel steht ganz oben auf deiner Liste und warum?

Auch da gibt es wieder einige Ziele die noch auf der berühmt-berüchtigten Bucketlist stehen. Aber die nächsten Ziele wären unfassbar gern Tansania (Zanzibar), Madagaskar oder Mauritius. Da ist es zum einen schön warm, zum anderen möchte ich echt gern die Tiere und Vegetation dort mal sehen.

Wie bist du zum Schwimmen gekommen?

Ich habe im Kindergarten mit 5 Jahren mein Seepferdchen gemacht. Danach habe ich nicht mehr aufgehört mit schwimmen. In der 4. Klasse habe ich den Aufnahmetest für die Sportschule bestanden, auf der ich dann von der 5.-10. Klasse auf dem Internat in Erfurt war. Danach bin ich wieder heim und bin bis heute aktiv.

Was ist das ungewöhnlichste Essen, das du jemals probiert hast, und wie war es?

Die Sauren Eier meiner Großeltern.. das sind Eier (ne Mischung aus Spiegel- und Rührei) mit so ner Süß-Sauer Soße.. klingt sehr random, war aber ziemlich interessant und wurde für gut befunden.

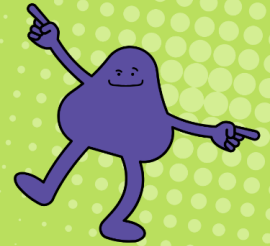
Welche historische Person würdest du gerne treffen und was würdest du sie fragen?

Es gibt mehrere Menschen mit denen ich mich unfassbar gern mal unterhalten würde. Wenn ich mich jedoch entscheiden muss, würde meine erste Wahl immer Kontra K sein.

Wenn du die Möglichkeit hättest, eine Schwimmtechnik zu erfinden, wie würde sie aussehen?

Boah.. gute Frage!... Schmetterling ist meine Hauptlage, sodass die Lage die ich „erfinden“ würde vermutlich ähnlich graziös sein müsste.. vielleicht irgendwas in seitenlage oder so weil das gibt es ja noch nicht. Also zumindest noch nicht als schwimmart sondern meines Erachtens nur als Variation. Aber sind wir mal ehrlich.. meine Kreativität würde dafür niemals ausreichen 😊

Eva Weigel



Woher kommst du?

Meiningen

Wie bist du zum Schwimmen gekommen?

Früh durch meine Eltern zum Verein gekommen

Welches Reiseziel steht ganz oben auf deiner Liste und warum?

- Spa- Formell Wochenende
- Japan, Korea, Thailand-
Gemeinsames Ziel mit Freunden
wenn wir erwachsen sind
- Spanien, Italien- Jugendreise mit
Freunden

Wenn du einen freien Tag hättest und keine Verpflichtungen, wie würdest du ihn verbringen?

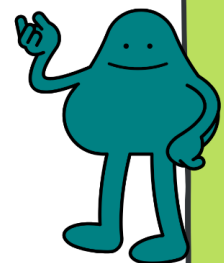
Mit Freunden, wenn ich aber keine Eberhie habe dann einfach nur faulzen

Was ist das ungewöhnlichste Essen, das du jemals probiert hast, und wie war es?

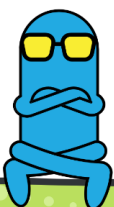
Dekoblume....Mir wurde gesagt sie sei essbar, war aber eher bitter....nicht versuchen

Welche historische Person würdest du gerne treffen und was würdest du sie fragen?

Ehrlich gesagt keine Ahnung



Wenn du die Möglichkeit hättest, eine Schwimmtechnik zu erfinden, wie würde sie aussehen?



Mit viel Luftmöglichkeiten, aber auf dem Bauch!!!

Weihnachtszauber in Berlin - Eine zauberhafte Zeit mit der Thüringer Schwimmjugend

Vom 1. bis zum 3. Dezember 2023 fand der "Weihnachtszauber" in Berlin statt, organisiert von der Thüringer Schwimmjugend. Die Veranstaltung versprach eine besinnliche und zugleich aufregende Zeit in der Hauptstadt, und die Teilnehmer wurden nicht enttäuscht.

Die Aktivitäten begannen Freitags mit einem Besuch des Weihnachtsmarkts am Alexanderplatz, wo die festliche Atmosphäre und die zahlreichen Stände mit köstlichen Leckereien für einen gelungenen Start sorgten. Die Vorfreude der Teilnehmer war spürbar, als sie sich auf den Weg zum Neptunbrunnen machten, um dort das Eislaufen zu genießen. Trotz des dichten Nebels, der die Sicht einschränkte, war die Stimmung unter den Teilnehmern bestens.

Ein Highlight war für einige war zweifellos das Riesenradfahren. Obwohl der Nebel die Sicht beeinträchtigte, vermochte dies nicht, die gute Laune zu trüben. Die Teilnehmer genossen die Fahrt und ließen sich von der Magie des Riesenrads verzaubern.

Der Samstag startete mit einer Stadterkundung. Die Stadterkundung auf eigene Faust ermöglichte den Teilnehmern, Berlin auf ihre ganz persönliche Art zu entdecken. Die Stadt, reich an Geschichte und Kultur, bot zahlreiche Möglichkeiten, und viele nutzten die Gelegenheit, einige der Sehenswürdigkeiten kostenfrei zu erkunden.





Ein spannendes Abenteuer erwartete die Teilnehmer beim Besuch eines Escape Rooms. In verschiedenen Teams stellten sie sich den Herausforderungen der schön gestalteten Räume und kämpften sich mit Geschick und Teamgeist erfolgreich durch die kniffligen Aufgaben.

Die anschließende Freizeit bot eine bunte Vielfalt an Möglichkeiten, von einem Besuch in einem Second-Hand-Laden über einen Ausflug zum Christmas Garden im Botanischen Garten bis hin zu ausgiebigen Shopping-Touren. Besonders der Christmas Garden, geschmückt mit wunderschönen Lichtinstallationen, begeisterte und verbreitete eine festliche Stimmung.

Den Abschluss bildete das gemütliche Zusammensitzen, bei dem die Teilnehmer gemeinsam Kartenspiele spielten. Dieser entspannte Ausklang rundete das Programm harmonisch ab und ermöglichte den Teilnehmern, die gewonnenen Eindrücke zu teilen und die erlebnisreichen Tage Revue passieren zu lassen.

Die vielfältigen Aktivitäten, die sorgfältige Planung und die gute Stimmung haben dazu beigetragen, dass der "Weihnachtszauber" zu einem unvergesslichen Erlebnis wurde. Wir freuen uns bereits auf kommende Veranstaltungen und bedanken uns herzlich für dieses gelungene Wochenende in Berlin.

RÜCKBLICK 2023/24



Jena



JVV 2024



Am 09. und 10. März 2024 fand unsere **Jugendvollversammlung** (JVV) in Jena statt. Diese ist der perfekte Anlass, sich kennenzulernen und miteinander zu verbinden. Während am Sonntag die ordentliche JVV geplant war, sind einige Teilnehmer bereits samstags angereist, um gemeinsam eine tolle Zeit zu verbringen.

Samstag. Gegen 14 Uhr sind alle Teilnehmenden an der Jugendherberge angekommen. Nun heißt es Zimmer erst einmal beziehen und sich gegenseitig kennenlernen. Im Anschluss fahren wir gemeinsam mit der Bahn nach Jena Ost. Dort treffen wir auf zwei Sportler und Trainer der Jenaer Caputs e.V., denn, heute wollen wir gemeinsam Rollstuhlbasketball spielen. In extra dafür angefertigten Sport-Rollstühlen düsen wir durch die Halle, lernen neue Techniken und liefern uns spannende Duelle, sodass am Ende, alle ziemlich geschafft, aber reich an neuen Erfahrungen, aus der Halle treten.

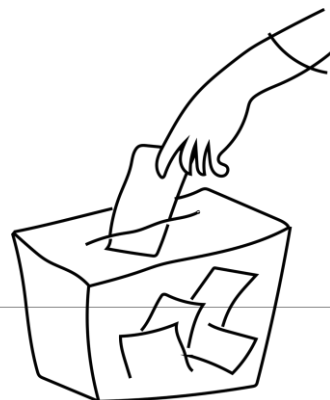
Da wir danach alle ziemlich hungrig sind, geht es im Anschluss erst einmal etwas zum Abendessen. Währenddessen führen wir spannende Unterhaltungen über Vereinsarbeit und die Arbeit im Ehrenamt, aber auch über andere Themen, die uns alle interessieren. Natürlich ist Jena eine interessante Stadt, weswegen wir im Nachhinein die Möglichkeit haben, sie in kleinen Gruppen zu erkunden, bevor wir den Abend gemeinsam mit Karten und guter Stimmung ruhig ausklingen lassen.

So endet das gemeinsame Wochenende erfolgreich und mit neuen Bekannten und Freunden.

Wir freuen uns auf die nächsten Jahre!

Sonntag. Heute steht der offizielle Teil der JVV an. Während die einen nach dem Frühstück ihre Zimmer beräumen, reisen die nächsten Teilnehmenden an und alle bereiten sich auf die Versammlung vor. Dank der vielen Helfer geschieht dies recht schnell. Die folgenden Stunden sind gefüllt von Input und Austausch über die vergangenen zwei Jahre. Außerdem wollen wir von euch wissen, was ihr euch in der nächsten Zeit, von uns wünscht. Mit einem lachenden und einem weinenden Auge, werden Maren, Johann und Trine aus dem Jugendvorstand entlassen. Sie haben sich, aus beruflichen und privaten Gründen dazu entschlossen, in den nächsten Jahren nicht Teil des Vorstands zu sein. Wir bedanken uns von ganzem Herzen bei euch, für euren großartigen Einsatz, in den letzten Jahren.

Damit wird ein neuer Jugendvorstand gewählt. Während Julia (1. Vorsitzende), Karo (2. Vorsitzende), Martin (Vorstand Finanzen), Lilly, Toni, Phillip und Tammy (alle Beisitzer) sich dazu entschlossen haben, ihre Zeit im Vorstand zu verlängern, werden ebenfalls Niklas, Marina und Eva (alle Beisitzer) herzlich aufgenommen.



Kinderwochenende 2024 auf dem Harsberg

Das diesjährige Kinderwochenende fand vom 03.07.2024 bis 05.07.2024 auf dem Harsberg in Lauterbach statt. Der Harsberg hatte mit seinem Urwald-Life-Camp ein vielseitiges Angebot für die Kinder zu bieten. 57 Kinder aus verschiedenen Schwimmvereinen, unter anderem aus Gera, Weimar, Eisenach, Meiningen, Erfurt und Heiligenstadt, genossen die aufregende Zeit in der Natur. Bereits am Freitag reisten die Kinder aus ganz Thüringen an. Nach der Begrüßung hieß es erstmal Betten beziehen und alles erkunden. Zur Einstimmung in das Wochenende bekamen wir eine Einführung in den Urwald durch eine Rangerin. Nach dem Abendbrot gab es bereits das erste Highlight. Gemeinsam mit Stockbrot und Marshmallows machten wir es uns am Feuer gemütlich und ließen den ersten Abend in Ruhe ausklingen.



Der nächste Morgen startete bereits vor dem Frühstück mit Frühsport im Freien. Nach dem Frühstück hieß es für die Kleineren ab in den Wald auf Entdeckungsreise. Spielerisch wurden verschiedene Spiele und Aufgaben gemeistert und gleichzeitig jede Menge über den Urwald gelernt. Währenddessen ging es für die größeren mit dem Schlauchboot auf die Werra, um dort sich in die Wassermassen zu stürzen. Am Nachmittag durften alle zu echten Urwald Trommlern werden und gemeinsam den richtigen Takt finden. In einem Trommelworkshop durften die Kinder ihr Taktgefühl unter Beweis stellen. Der Abend endete mit einigen gemeinsamen Spielen im Freien bei bestem Wetter.

Am Sonntag morgen durften wir gemeinsam mit einem Ranger uns auf eine Vogelstimmenwanderung begeben, bei der wir ganz genau hinhören mussten, um auch den kleinsten Vogel zu hören. Danach hieß es leider schon für alle Koffer packen.

Ein letztes gemeinsames Erinnerungsfoto durfte natürlich nicht fehlen. Dann hieß es auch schon Abschied nehmen und sich auf den Heimweg machen. Es war ein wundervolles, spannendes, erlebnisreiches Wochenende zusammen mit euch.

Wir hoffen, ihr hatte jede Menge Spaß und wir sehen euch nächstes Jahr wieder.



Jugenderholung in Apolda

Paula Ledwon berichtet

In der Zeit vom 09.-14. Juli 2023 führte der AST Apolda seine Jugenderholung durch. Die Aktivität wurde auf dem Campingplatz Saalthal Alter durchgeführt. Insgesamt waren wir 16 Personen. Vier davon agierten als Betreuer.

Am 09.07. trafen wir uns gemeinsam an einem vorher festgelegten Treffpunkt in Apolda. Die Anreise erfolgte mit Hilfe von Fahrgemeinschaften, die freundlicherweise von den Eltern gestellt wurden. Nach der Ankunft am Campingplatz wurden die Zelte aufgebaut und es fand eine kurze Belehrung statt. Den Rest des Tages ließen wir gemütlich ausklingen.

Die nachfolgenden Tage bestanden aus vielen Badeausflügen und nur ganz kurzen Wanderungen. Das obligatorische Frühschwimmen wurde auch von Tag zu Tag besser angenommen. Das heiße Wetter, mit Temperaturen von über 30 Grad, machten die Programmgestaltung schwierig. Ein großes Highlight für unsere Kinder und Jugendlichen war der Ausflug mit den Tretbooten, den wir unternommen haben. Die Abende verbrachten wir mit Federball spielen, Kartenspielen und anderen Aktivitäten.

Den letzten Tag (14.07.) begannen wir gemütlich mit dem Frühstück. Im Anschluss begann der gemeinsame Abbau. Gegen Mittag trafen die ersten Eltern ein, um die Rückfahrt nach Apolda wieder abzusichern.

Von unseren Teilnehmern und den Eltern haben wir ein positives Feedback bekommen.



Saalfelder Schwimmer beim 25th Danish International Swim Cup

Janik Reiher und Lilly Berg berichten

Am Himmelfahrtswochenende 2024 erlebte die Jugendleistungsgruppe des Saalfelder Schwimmvereins einen ganz besonderen Höhepunkt - die Jubiläumsausgabe des weltweit größten Schwimmwettkampfes für Amateure - den 25th Danish International Swim Cup in Esbjerg. Acht Sportler*innen aus Saalfeld gemeinsam mit einer Athletin vom SV Gera machten sich für drei Tage auf den Weg nach Dänemark, wo sie auf etwa 1300 Schwimmer*innen aus sechs verschiedenen Nationen trafen. Der Wettkampf umfasste die Vorläufe am Vormittag und die Finals am Abend, die von einer beeindruckenden Lichtshow und großem Spektakel begleitet wurden. Die jüngeren Sportler*innen traten in den Finals über 25-Meter- und 50-Meter-Strecken an, während die älteren über 25-Meter- und 100-Meter-Strecken schwammen. Die übrigen Strecken wurden vormittags als Zeitläufe absolviert.

Die Saalfelder Schwimmer*innen schwammen am Wochenende in 11 Finalen, konnten mehrere persönliche Bestzeiten erzielen und holten 4 Medaillen. Darunter besonders hervorzuheben sind Ole Wachau, Paul Felix, Luise Adelt, Lenny Ziebel und Janik Reiher mit herausragenden Leistungen.

Die Anspannung vor den abendlichen Finalabschnitten war enorm. Dort standen die Schwimmer*innen im Rampenlicht vor tobendem Publikum im Svømmestadion Danmark. Die Nervosität vor den Starts wandelte sich aber direkt in enorme Energie um.

Vor allem für einen Schwimmer (Rhys) war der Wettkampf ein besonderes Erlebnis, da er in diesem Schuljahr als amerikanischer Gastschüler in Deutschland lebt. Er trainiert zwar schon seit einiger Zeit in seiner Heimatstadt Salt Lake City,

AUS DEN VEREINEN

aber ein Wettkampf auf diesem Niveau und mit diesem Spektakel war für ihn eine Premiere, die ihm viele neue Erfahrungen gebracht hat.

Auch abseits des Beckenrandes bot das Wochenende ein besonderes Erlebnis: Die Organisation vor Ort war super, z.B. die Verpflegung mit drei Mahlzeiten täglich in einer großen Badminton-Halle, die Unterbringung in Klassenräumen einer Grundschule und auch die gemeinsame Anreise nach Dänemark in zwei Kleinbussen schufen viele schöne gemeinsame Stunden und stärkten den Gruppenzusammenhalt.

Nach einem Erfolgreichen Wochenende, mit vielen Gänsehaut-Momenten und großartigen Erfahrungen im Gepäck trat das Schwimmteam die Heimreise an.



Über 1.200 Kilometer beim 2. Saalfelder 12-Stunden-Schwimmen

Jannik Reiher berichtet

Am 16.03.2023 wurden beim 2. Saalfelder 12h-Schwimmen sämtliche Erwartungen mehr als überboten. Sowohl die Anzahl der Teilnehmer*innen und Helfer*innen als auch



die herausragenden Schwimmleistungen übertrafen alle Vorstellungen. Insgesamt 369 aktive Teilnehmer*innen haben eine beeindruckende Gesamtstrecke von 1.230.800 Metern zurückgelegt - das entspricht 49.232 Bahnen und damit über 10.000 Bahnen mehr als im Vorjahr. Passend zum diesjährigen Stadtjubiläum wurden 1.125.000 Meter als Ziel ausgegeben. Der Saalfelder Schwimmverein hat mit 470.550 Metern sein Ziel von 300.000 Metern mehr als nur deutlich übererfüllt. Diese Teamleistung verdient höchste Anerkennung! Alle Teilnehmer*innen erhielten zum Abschluss eine Urkunde und einen Souvenir, welche die persönliche Leistung würdigt. Die Sieger*innen der Einzelwertungen und die besten Teams wurden mit Pokalen und Gutscheinen geehrt. Hier sind Impressionen der Veranstaltung sowie die gesamte Auswertung zu finden.

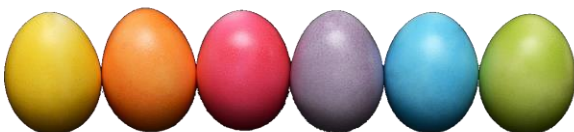


Osterfahrt des AST Apolda nach Plothen vom 24.-28.03.2024

Paula Ledwon berichtet

Mit insgesamt 23 Kindern, Jugendlichen und Trainern fuhren wir am 24. April in die Jugendherberge nach Plothen. Leider war das Wetter ziemlich stürmisch und regnerisch. Vor Ort erwartete uns ein großzügiges Gelände mit Volleyballfeld, Feuerstelle und Bolzplatz. Untergebracht wurden wir in einem separaten Gebäude mit einem großen Gemeinschaftsraum und etlichen Vierbettzimmern. Nach dem Auspacken und einer ausführlichen Belehrung hatten alle Teilnehmer die Möglichkeit, das Gelände auf eigene Faust zu erkunden. Im Anschluss daran gab es Abendessen. Die Küche der Jugendherberge kann man an dieser Stelle sehr loben, weil das Essen jeden Tag frisch von der Köchin zubereitet wurde. Im Anschluss an das Abendessen ließen wir den Abend ruhig mit ein paar Gesellschaftsspielen ausklingen.

Der nächste Tag startete mit einer morgendlichen Joggingrunde auf freiwilliger Basis. Das Angebot wurde auch von vier mutigen Läufern in Anspruch genommen. Nach dem Frühstück starteten wir zu einer lockeren Wanderrunde, um die umliegende Gegend ein wenig zu erkunden. Nach der Mittagspause stand Bogenschießen für uns auf dem Programm. Manch ein Teilnehmer probierte diese Sportart das erste Mal aus. Am Abend des Tages hatten wir die Aufgabe, eine neue Flagge für unseren Verein zu gestalten. Der Umgang mit Farbe und Pinsel stellte keine große Schwierigkeit dar und es hat allen viel Spaß bereitet.



Der Dienstag begann mit einer kleinen Geburtstagsüberraschung für eine Teilnehmerin. Nach dem Frühstück hatten alle Teilnehmer die Möglichkeit, das Sportabzeichen zu absolvieren bzw. einzelne Teildisziplinen davon durchzuführen. Den Nachmittag des Tages hatten alle Teilnehmer zur freien Verfügung. Einige blieben im Haus und andere Teilnehmer spielten draußen auf dem Gelände. Auch diesen Abend ließen wir gemeinsam bei Gesellschaftsspielen ausklingen.

Den Morgen des vorletzten Tages nutzten ein paar mutige Wasserratten, um die Freiwassersaison zu eröffnen. Die doch recht kalten Wassertemperaturen ließen aber keinen langen Aufenthalt im Wasser zu. Nach dem Frühstück gingen wir auf Survivaltour mit einer ausgebildeten Naturpädagogin, die uns die Basics zum Überleben in der Wildnis beibrachte. Die Survivaltour beinhaltete z.B. Feuer machen, Wasser filtern oder die Orientierung mit Karte und Kompass. Hier war das Feedback der Kinder und Jugendlichen auch sehr positiv. Den letzten Abend ließen wir gemütlich am Lagerfeuer ausklingen. Hier bestand auch die Möglichkeit, dass die Kinder Marshmallows und Stockbrot über dem Feuer erhitzen konnten.

Am 28. April hieß es dann Abschied nehmen. Nach dem Frühstück hieß es Tasche packen und Zimmer räumen. Da noch ein wenig Zeit war, bis die ersten Eltern kamen, hatten wir noch Zeit für eine kleine Feedbackrunde. Auch hier war das Feedback überwiegend positiv und wir werden nächstes Jahr sicherlich wieder eine Osterfahrt durchführen.

Feierlichkeiten zu 100 Jahren Sommerbad Greiz und 100 Jahre 1. Schwimmklub Greiz

Lucy Steiniger berichtet

Im August wird in Greiz wieder groß gefeiert. Im Mittelpunkt stehen diesmal das Sommerbad Greiz und der ortsansässige Schwimmklub.

Viele Gäste werden in Greiz erwartet, wenn vom 23.08. bis zum 25.08. das große 100 jährige Jubiläum gefeiert werden soll. Den Auftakt machen

die Schwimmer mit einen symbolischen “Marsch der Schwimmer” am Freitag vom Westerhagenplatz zur Vogtlandhalle. Wo heute das Schloßberghotel ist, stand einst die Greizer Schwimmhalle, Wiege vieler nationaler und internationaler Erfolge der Greizer Schwimmsportler. Sich daran zu erinnern und gemeinsam zu feiern, dafür ist am Freitagabend in der Vogtlandhalle Greiz eine Festveranstaltung geplant.

**23.-25.
AUGUST
2024**
—
100 JAHRE



**1. SCHWIMMKLUB GREIZ
VON 1924 E.V.**

**SAVE
THE
DATE**

AUS DEN VEREINEN

Der Samstag steht ganz im Zeichen des sportlichen Vergleiches. Im Sommerbad wird der Freiluft- Park und Schlosspokal ausgetragen wozu sich viele Gästen angemeldet haben. Am Abend steigt dann die große Party mit Spur 13.

Sonntag findet ab 10 Uhr ein Familienfest im Sommerbad statt. Bei verschiedenen Aktivitäten des 1.Schwimmklub Greiz kann zum Beispiel das Schwimmbadzeichen abgelegt oder beim Tauchclub Greiz schnuppertauchen probiert werden. Auch die Wasserwacht ist mit in Aktion und bietet Vorführungen der Wasserrettung. Die Akteure der Aktion Kunst am Beckenrand prämiieren die Gewinner der Kindergartenaktion, in der Bänke von Kindern gestaltet wurden.

Es tolles Programm was Sie alle nicht verpassen sollten!

24. AUG
SUMMER NIGHT

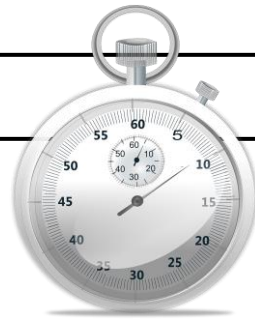
25. AUG
Familiensonntag
mit vielen Highlights

Taubert concept

Freier Eintritt an beiden Tagen!

Wir feiern 100 Jahre Sommerbad Greiz

IHR familienfreundliches SOMMERBAD



24h Schwimmen in Meiningen – Was ist das?

Eva Weigel berichtet

Alljährlich findet im Juni oder Juli im Hallen- und Freibad des Freizeitentrums „Rohrer Stirn“ eines der bedeutendsten Schwimmerevents von Deutschlands „24H ARENA“ des Deutschen Schwimm-Verbands (DSV) statt. Der Anfang des Meininger 24-Stunden-Schwimmen fand 1993 seinen weg ins Leben gerufen, um zum Erhalt und der Modernisierung der damaligen Meininger Bäder beizutragen. Nach bescheidenen Anfängen in den ersten Jahren entwickelte es sich bald zu einer Großveranstaltung mit rund 600 aktiven Schwimmteilnehmern und 2000 Gästen zu den kulturellen und sportlichen Rahmenprogrammen. Den Schwimmern stehen ein 50-m-Wettkampfbecken im Freien und ein 25-m-Becken in der Schwimmhalle zur Verfügung. Zu den kulturellen Programmpunkten gehören die abendlichen Musikevents, die des Öfteren von Radiosendern wie MDR Jump und Antenne Thüringen sowie verschiedenen Veranstaltern durchgeführt werden. Eine Besonderheit, beziehungsweise eine Ausnahme war die Veranstaltung im Jahr 2020, als wegen der Einschränkungen während der Corona-Pandemie statt dem 24-Stunden-Schwimmen unter Einhaltung der Regeln ein 24-Tage-Schwimmen stattfand. Die Schirmherrschaft des Events übernahmen bisher unter anderem bekannte Sportler wie Britta Steffen, Marco Koch, André Lange, Dietmar Schauerhammer, Sven Fischer und Mariama Jaman.

Veranstalter sind der Meininger Schwimmverein „Wasserfreunde“ und die Stadtwerke Meiningen.

Die allgemeine Grundidee des 24-h-Schwimmens ist es, möglichst viele Schwimmer innerhalb von 24 Stunden zum Schwimmen anzuregen. Von den jüngsten Schwimmern, die eine Medaille genießen, bis hin zu Erwachsenen und Jugendlichen, die ihre Grenzen testen möchten, bis hin zu älteren Generationen, die trotzdem Freude am Schwimmen haben.

Freizeitlager Schwimmverein 1906 Gotha e.V.

Der Gothaer e.V. berichtet

Am Samstag, den 23. März 2024, fuhren 15 Kinder und 3 Trainer des Schwimmvereins mit einem Bus und dank Elternunterstützung mit PKWs nach Rotenburg an der Fulda. Dort angekommen, ging es für die Kinder direkt in die Schwimmhalle. Nach einem kurzen Training gab es anschließend Mittagessen, bei dem sich die Kinder ordentlich stärken konnten. Nach dem Mittagessen wurden alle Koffer ausgepackt, die Betten bezogen, und danach hatten die Kinder Freizeit und es gab ein Stück Kuchen.

Nachmittags ging es für sie in die Turnhalle, wo sie sich richtig austoben konnten und am Ende des Trainings ein Spiel spielen konnten. Nach dem Abendessen konnten die Kinder bei einem gemütlichen Spieleabend den ersten Tag ausklingen lassen.

Am Sonntag stand nach einem leckeren Frühstück als Erstes Training in der Turnhalle auf dem Plan. Dort wurden ihre sportlichen Fähigkeiten durch kleine Spiele und Wettkämpfe getestet und gefordert. Nach dem Mittagessen ging es wieder in die Schwimmhalle, und danach gab es einen kleinen Snack mit Kuchen und Obst. Zum Schluss ging es nochmal in die Turnhalle, wo die Kinder zum Abschluss des Tages wieder ein Spiel spielen durften. Am Abend fand ein Bastelabend statt, welcher den Kindern viele Möglichkeiten bot, ihre kreativen Fähigkeiten zu fordern und Spaß zu haben.

Am dritten Tag ging es vormittags in die Schwimmhalle und anschließend gab es Mittagessen. Danach folgte eine kleine Mittagsruhe, damit die Kinder sich ausruhen konnten. Dann gab es noch ein kurzes Training in der Turnhalle mit Spielen und in der Schwimmhalle. Nach dem Abendessen durften die Kinder sich einen Film für den Filmabend aussuchen. Die hat allen sehr gefallen hat.

Am Dienstag ging es vormittags sowohl in die Turnhalle als auch ins Schwimmbad. Nach dem Mittag machte die Gruppe einen Ausflug zum Wasserkraftwerk an der Fulda, wo sie interessante Dinge lernten. Anschließend gab es für alle Kinder ein Eis, und sie konnten den Tag auf einem Spielplatz ausklingen lassen. Nach dem Abendessen war es auch schon an der Zeit für alle ihre Koffer zu packen, da sie am nächsten Tag abreisen mussten.

Am letzten Tag wurden nach dem Frühstück alle Koffer gepackt und anschließend ging es für alle noch ein letztes Mal in die Schwimmhalle. Nach dem Mittagessen wurde in der Turnhalle zum Abschluss noch ein großes Staffelspiel veranstaltet, bei dem alle Kinder viel Spaß hatten. Im Anschluss fuhren alle, mit großer Vorfreude auf zu Hause, zurück.

Kinder- und Jugendfreizeit in Osterburg

Der Schwimmverein Meiningen berichtet

27. März 2024: Anreise und erster Tag

Die Kinder- und Jugendfreizeit begann mit einer gemeinsamen Fahrt von Meiningen nach Osterburg. Die Gruppe, bestehend aus 22 Kindern und Jugendlichen sowie drei Betreuern, erreichte ihr Ziel am frühen Nachmittag. Nach der Ankunft bezogen die Teilnehmer ihre Unterkunft und hatten die Gelegenheit die Umgebung zu erkunden.

Der erste Programmpunkt war der Besuch der Schwimmhalle, wo die Kinder an spielerischen Wettbewerben teilnahmen. Dies diente nicht nur dem Spaß, sondern auch dem ersten Kennenlernen und dem Aufbau von Teamgeist. Am Abend wurden verschiedene Kennenlernspiele veranstaltet, um die Gruppendynamik zu stärken.

28. März 2024: Sport und Abenteuer

Der zweite Tag begann wieder in der Schwimmhalle; diesmal stand Wasserball auf dem Programm. Anschließend ging es zum Niedrigseilparcours, wo die Kinder ihre Geschicklichkeit und ihr Teamwork unter Beweis stellen konnten. Am Nachmittag standen Tischtennis und Beachhandball auf dem Plan. Beide Aktivitäten sorgten für viel Bewegung und Spaß. Am Abend rundete ein Besuch der Bowlingbahn den Tag ab, was den Kindern viel Freude bereitete und für einige freundschaftliche Wettbewerbe sorgte.

29. März 2024: Gesundes Essen, Kooperation und Kreativität

Gesundes Essen stand heute im Vordergrund, wo uns Uwe viele tolle Sachen vorstellte und wir gemeinsam unser Essen zubereiteten. Außerdem standen verschiedene Kooperationsspiele auf dem Plan, die das Miteinander weiter stärkten.

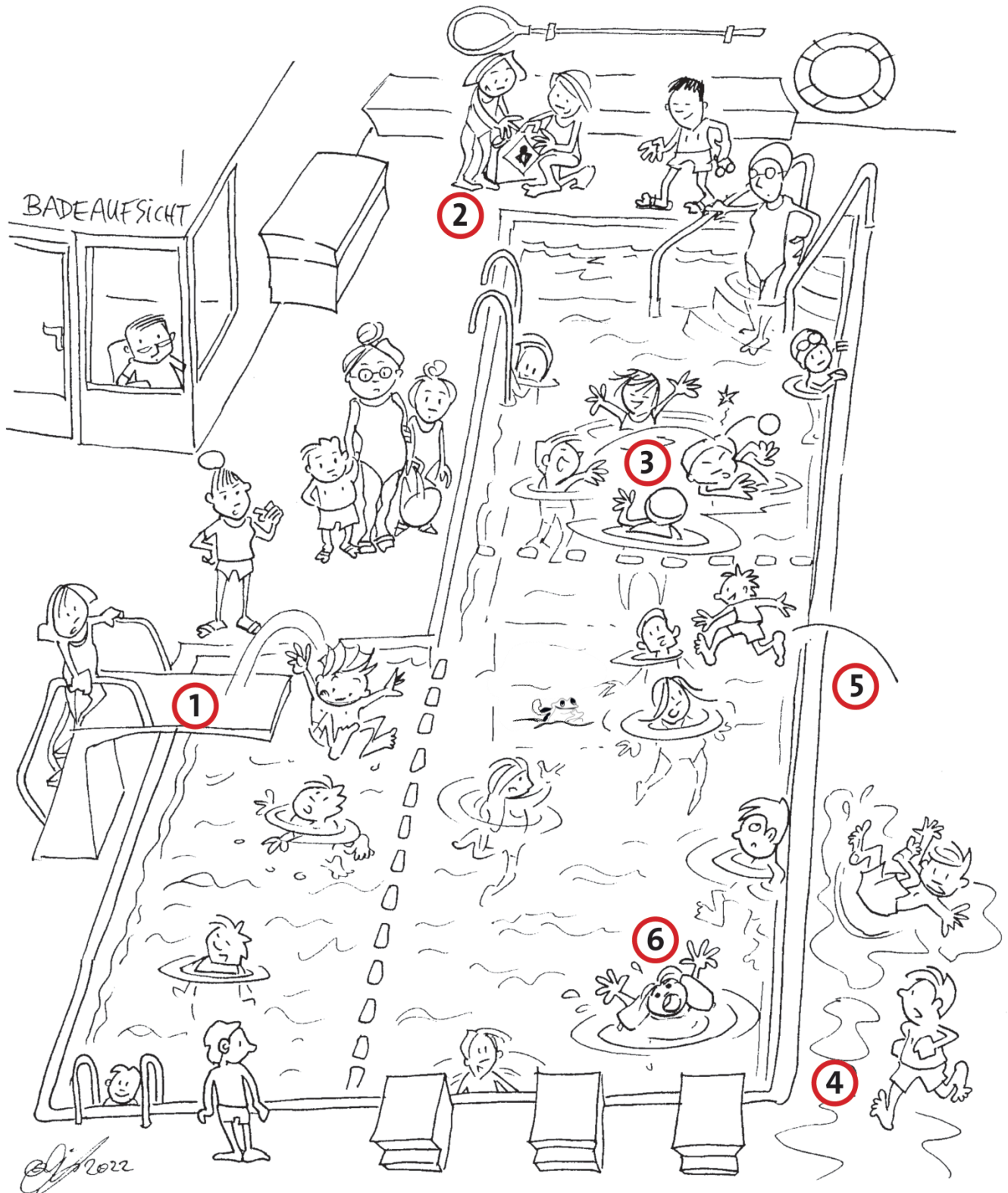
Am Nachmittag fand eine Osterbastel-Aktion statt, bei der die Kinder kreativ tätig werden konnten. Der Abend wurde mit einem gemütlichen Stockbrotessen am Lagerfeuer abgeschlossen, was für eine entspannte und gemeinschaftliche Atmosphäre sorgte.

30. März 2024: Abschluss und Heimreise

Am letzten Tag der Freizeit stand ein weiterer Besuch der Schwimmhalle auf dem Programm, bei dem Staffelspiele veranstaltet wurden. Nach dem Räumen der Unterkunft machte sich die Gruppe auf die Rückreise nach Meiningen. Die Kinder wurden dort wohlbehalten an ihre Eltern übergeben.

WIMMELBILD

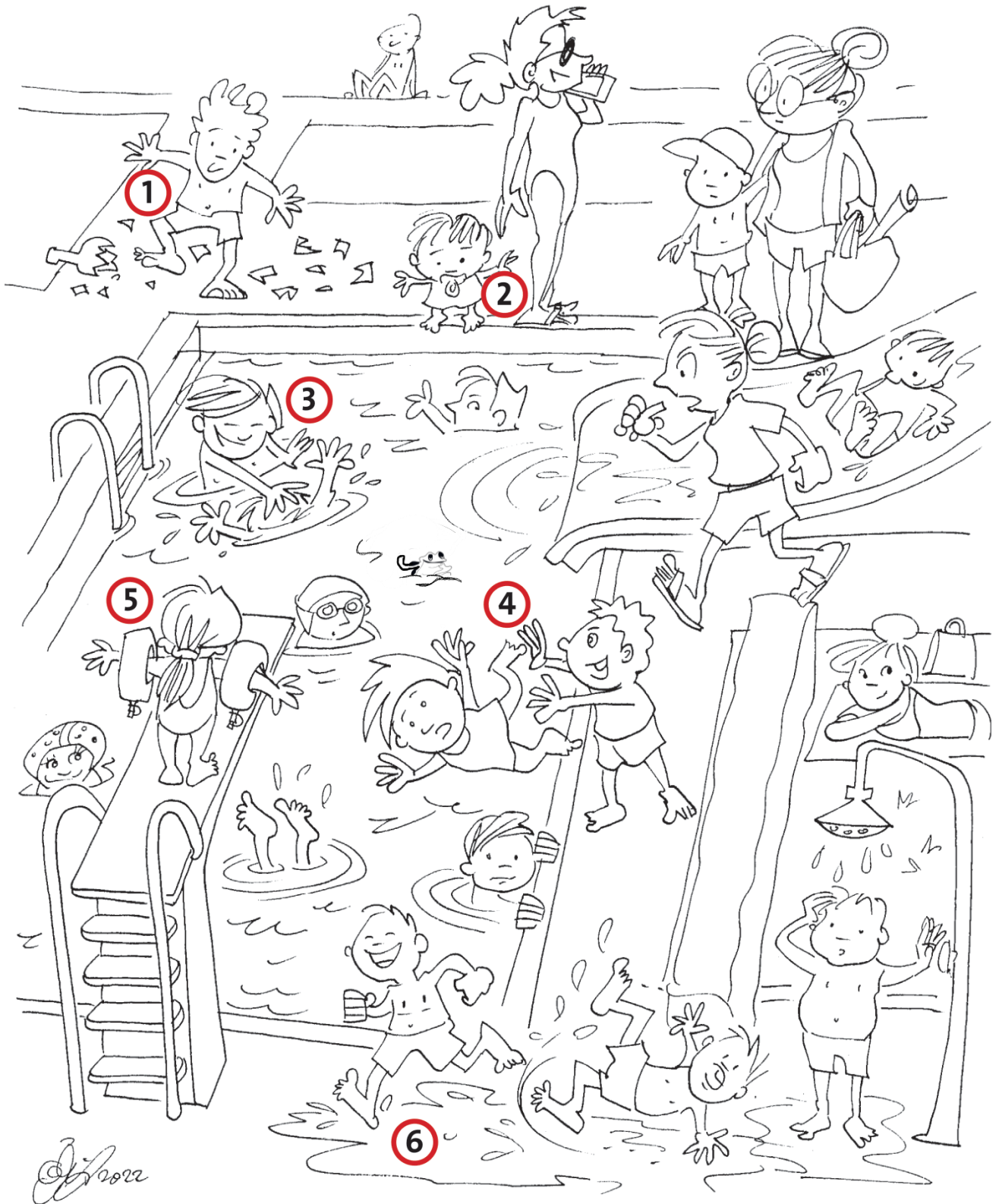
Weißt du welche Gefahren hier lauern? Und auch der Schwimmjugend-Frosch versteckt sich im Bild



(www.das-sichere-haus.de)

WIMMELBILD

Auch im Freibad gibt es einige Gefahren. Die Auflösung beider Bilder findest du auf Seite 27.



RÄTSELSPAß

Sudoku hat ganz einfache Regeln:

1. Jede Zeile muss die Zahlen 1 bis 9 enthalten, ohne Wiederholungen.
2. Jede Spalte muss die Zahlen 1 bis 9 enthalten, ohne Wiederholungen.
3. Jeder 3x3-Block muss die Zahlen 1 bis 9 enthalten, ohne Wiederholungen.

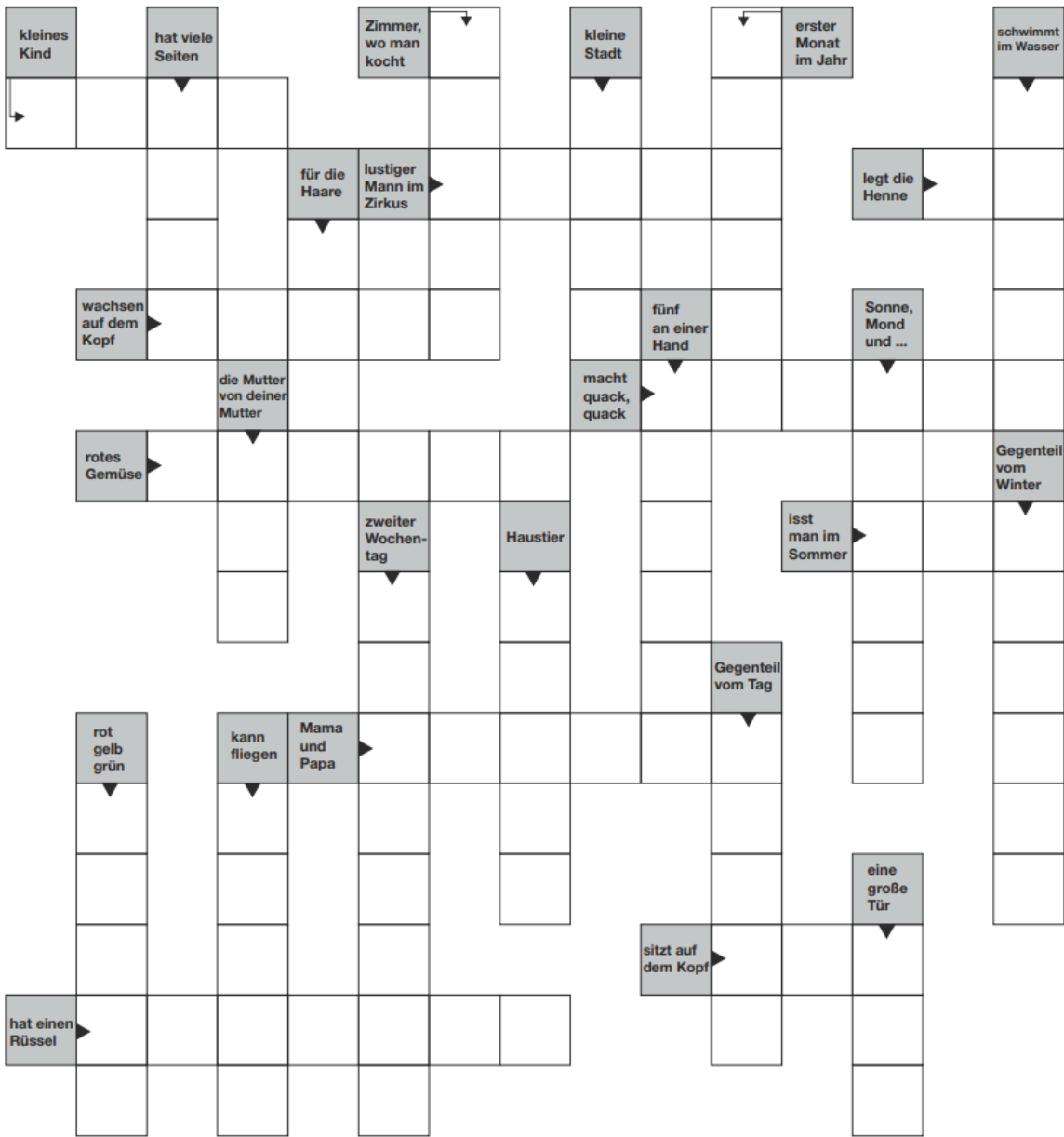
			1					
2				7			3	
		6		8	3		9	
		7	4		1	3		
3	5	8		6		1		
	1		9					
9			6			5		
	4							7
		3			5			

			4	5			3	
1				2	7			
							7	
9	1		3			8		
3							9	
6	8	7			9			5
5	9			7			8	
	6				1			2
7	4					5	6	9

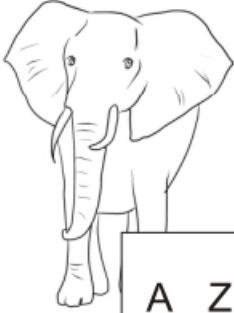
7	9			5	8	2		
		4	6		7		5	8
5		3			2	6	7	
	4		2	7		5		6
	3	9	5			1	8	
6	7			1	9			2
9			7		1			4
	6	8			5	7		
3		7	4	8			2	5

4	1			6	5			7
		6			7	4	8	
2		7	4	9				6
	6			7		1		
3		1	5				7	2
	9			4	2	3		8
1		8	6				2	9
	2			1	8	6	4	
6			3				1	

RÄTSELSPAß



Buchstabengitter Tiere



In diesem Buchstabengitter haben sich 8 Tiere versteckt. Die Wörter können waagerecht oder senkrecht im Gitter angeordnet sein. Wenn Du ein Tier gefunden hast, kreise es mit Deinem Stift ein.

Krokodil

Tiger

Fisch

Hund

Elefant

Giraffe

Zebra

Maus

RÄTSELSPAß

Finde die Unterschiede.



ACHTUNG! Die Lösungen für alle Rätsel befinden sich auf der nächsten Seite.



RÄTSELSPAß

Lösungen

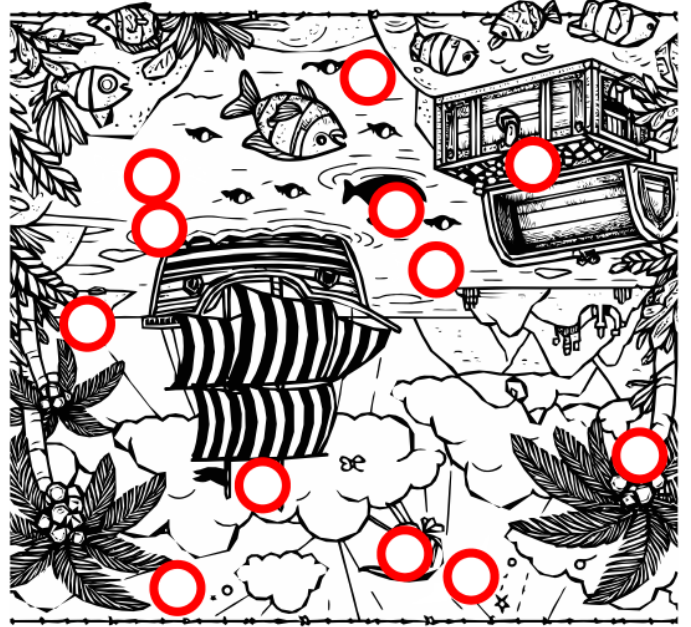
5	3	4	1	9	6	8	7	2
2	8	9	5	7	4	6	3	1
1	7	6	2	8	3	4	9	5
6	9	7	4	5	1	3	2	8
3	5	8	7	6	2	1	4	9
4	1	2	9	3	8	7	5	6
9	2	1	6	4	7	5	8	3
8	4	5	3	1	9	2	6	7
7	6	3	8	2	5	9	1	4

2	7	8	4	5	6	9	3	1
1	3	6	9	2	7	4	5	8
4	5	9	1	8	3	2	7	6
9	1	4	3	6	5	8	2	7
3	2	5	7	1	8	6	9	4
6	8	7	2	4	9	3	1	5
5	9	2	6	7	4	1	8	3
8	6	3	5	9	1	7	4	2
7	4	1	8	3	2	5	6	9

7	9	6	3	5	8	2	4	1
1	2	4	6	9	7	3	5	8
5	8	3	1	4	2	6	7	9
8	4	1	2	7	3	5	9	6
2	3	9	5	6	4	1	8	7
6	7	5	8	1	9	4	3	2
9	5	2	7	3	1	8	6	4
4	6	8	9	2	5	7	1	3
3	1	7	4	8	6	9	2	5

4	1	3	8	6	5	2	9	7
9	5	6	2	3	7	4	8	1
2	8	7	4	9	1	5	3	6
8	6	2	9	7	3	1	5	4
3	4	1	5	8	6	9	7	2
7	9	5	1	4	2	3	6	8
1	3	8	6	5	4	7	2	9
5	2	9	7	1	8	6	4	3
6	7	4	3	2	9	8	1	5

A	Z	Z	W	T	O	L	W	S	K	V	B	M	N	Q	E
R	E	E	K	R	O	K	O	D	I	L	H	J	K	L	Ö
Y	B	C	V	B	N	S	H	U	L	L	E	R	T	U	A
S	R	A	D	Q	W	E	R	M	H	U	N	D	L	Ä	F
F	A	L	J	N	E	R	Z	U	I	L	K	J	F	S	X
R	E	W	V	X	N	W	Z	T	E	O	P	K	B	M	S
W	Z	E	D	A	G	I	R	A	F	F	E	T	W	R	Q
E	T	U	F	S	Q	Y	V	X	B	M	A	U	S	Ö	M
I	W	E	T	R	Z	M	A	N	V	H	G	S	S	U	W
W	F	H	L	C	E	W	Q	D	S	T	U	I	O	G	A
S	F	S	T	R	E	S	W	C	Y	W	R	T	M	N	F
X	A	G	I	Z	A	I	S	K	E	L	E	F	A	N	T
A	P	X	G	F	N	M	E	T	Z	U	D	K	C	L	A
W	E	F	E	Z	J	F	K	L	M	C	W	R	T	W	R
D	G	J	R	U	T	I	R	Q	F	I	S	C	H	U	S



kleines Kind		hat viele Seiten		Zimmer, wo man kocht	K		kleine Stadt		J		erster Monat im Jahr			schwimmt im Wasser	
B	A	B	Y		Ü		D		A					F	
		U		für die Haare	lustiger Mann im Zirkus	C	L	O	W	N		legt die Henne	E	I	
		C		K		H		R		U				S	
wachsen auf dem Kopf	H	A	A	R	E			F	fünf an einer Hand	A		Sonne, Mond und ...		C	
			die Mutter von deiner Mutter	M				macht quack, quack	F	R	O	S	C	H	
rotes Gemüse	T	O	M	A	T	E			I				T	Gegenteil vom Winter	
		M			zweiter Wochen-tag		Haustier		N			isst man im Sommer	E	I	S
		A		D	K				G				R		O
				I	A				E		Gegenteil vom Tag		N		M
rot gelb grün	A	V							A				E		R
	M	O		S					C			eine große Tür			
	P	G		T									H	U	T
hat einen Rüssel	E	L	E	F	A	N	T								O
	L	J		G											R

Wimmelbild Seite 23

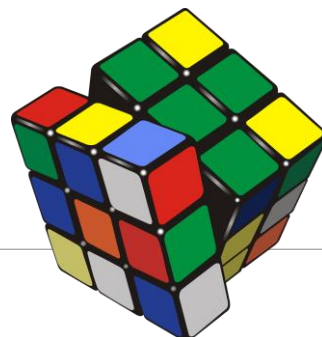
Auflösung:

1. Vor dem Springen muss man sich vergewissern, dass unten niemand schwimmt, auf den man draufspringen könnte.
2. Reinigungsmittel müssen sicher verschlossen sein. Sie können giftig sein. Nur das Badpersonal darf damit umgehen.
3. Bei Ballspielen darf man niemanden stören oder verletzen.
4. Gehe langsam! Auf nassem Boden kann man leicht ausrutschen.
5. Niemals vom Beckenrand springen! Ihr könnt Euch oder jemand anderen verletzen.
6. Nichtschwimmer dürfen nicht ins Schwimmerbecken, auch nicht mit Schwimmhilfen.

Wimmelbild Seite 24

Auflösung:

1. Glasscherben sind gefährlich. Nimm nichts aus Glas mit ins Schwimmbad.
2. Wer mit einem Kleinkind im Bad ist, muss es ständig im Auge behalten.
3. Drücke niemanden unter Wasser – das ist kein Spaß!
4. Schiebe niemanden ins Wasser.
5. Nichtschwimmer dürfen nicht auf den Sprungturm, schon gar nicht mit Schwimmhilfen.
6. Im Schwimmbad soll man nicht rennen. Man kann leicht ausrutschen.



Allgemeine Fakten über Haie

Haie sind faszinierende und oft missverstandene Meerestiere. Sie gehören zur Klasse der **Knorpelfische** und haben anstelle von Knochen ein Skelett aus Knorpel. Es gibt über **500 Hai Arten**, die in den verschiedensten Meeren und Ozeanen der Welt leben. Haie haben eine wichtige Rolle im Ökosystem, da sie oft an der Spitze der Nahrungskette stehen und das Gleichgewicht der marinen Lebensgemeinschaften aufrechterhalten.

Ein 320 Millionen Jahre alter versteinertes Haizahn. Gefunden in Kärnten, Österreich



Danke Michael Riedel für das Bild

Spannende Fakten über Haie

01

FORTPFLANZUNG

Einige Hai Arten legen Eier, während andere lebende Junge zur Welt bringen. Die Fortpflanzungsstrategien sind vielfältig und faszinierend.

02

SINNE

Haie haben hochentwickelte Sinne, einschließlich des elektrozeptrischen Sinnesorgans, das ihnen hilft, elektrische Felder ihrer Beute zu erkennen.

03

HAUT

Haie haben eine raue Haut, die mit winzigen, zahnähnlichen Schuppen bedeckt ist. Diese Struktur reduziert den Wasserwiderstand und ermöglicht es ihnen, effizient zu schwimmen.

04

EVOLUTION

Haie gibt es seit über 400 Millionen Jahren, was sie zu einer der ältesten heute noch lebenden Tiergruppen macht. Deswegen werden sie auch oft als „lebende Fossilien“ bezeichnet.

05

ARTENVIELFALT

Hai ist nicht gleich Hai und keineswegs immer potenziell gefährlich. Der Walhai, mit einer Länge von bis zu 20 Metern der größte Fisch der Erde, ist genauso harmlos wie der Zwerghai, der ausgewachsen nur 20m groß ist.

06

FOSSILIEN

Versteinerte Hai Zähne findet man häufig und können in großer Anzahl gekauft werden, da Haie ständig Zähne verlieren und immer wieder Neue bekommen. Im Laufe ihres Lebens können Haie bis zu 30.000 Zähne verlieren.

07

ÖKOLOGISCHE BEDEUTUNG

Haie sind überlebenswichtig für die Riffe und das Ökosystem Meer. Forscher gehen davon aus, dass der Haibestand in den letzten 50 Jahren um über 90% geschrumpft ist, hauptsächlich durch Fischerei. 100 Mio. getötete Haie jährlich bedeuten etwa 9.000 pro Stunde.

Weißer Hai (*Carcharodon carcharias*)

Lebensraum

Küstengewässer aller großen Ozeane, vor allem in kälteren Gewässern.

Besonderheiten

Der Weiße Hai ist bekannt für seine beeindruckende Größe und seine kraftvollen Kiefer. Trotz seines Rufs als gefürchteter Raubfisch sind Angriffe auf Menschen selten.



GRÖSSE



Bis zu 6 Meter lang

GEWICHT



Bis zu 2.268 kg

ERNÄHRUNG



Fische, Robben, Delfine und andere Meerestiere

Hammerhai (*Sphyrnidae*)

Lebensraum

Tropische und subtropische Küstengewässer weltweit

Besonderheiten

Hammerhaie sind für ihre charakteristische hammerförmige Kopfstruktur bekannt, die ihnen ein besseres Sichtfeld und eine verbesserte Manövrierfähigkeit verleiht.

Danke Michael Mier und Michael Riedel (Scuba Freaks Rheinland) für die Bilder!



GRÖSSE



Bis zu 6 Meter lang

GEWICHT



Bis zu 450 kg

ERNÄHRUNG



Fische, Tintenfische, Krebse

Walhai (*Rhincodon typus*)

Lebensraum

Tropische und warme gemäßigte Meere weltweit

Besonderheiten

Der Walhai ist der größte Fisch der Welt. Trotz seiner enormen Größe ist er ein sanfter Riese, der sich von winzigen Planktonorganismen ernährt.



Danke Michael Mier und Michael Riedel (Scuba Freaks Rheinland) für das Bild

GRÖSSE



Bis zu 12 Meter lang,
manchmal sogar größer

GEWICHT



Bis zu 21.000 kg

ERNÄHRUNG



Plankton, kleine Fische

Blauhai (*Prionace glauca*)

Lebensraum

Offene Ozeane weltweit, bevorzugt kältere Gewässer

Besonderheiten

Der Blauhai ist für seine schlanke, elegante Form und seine lebhaft blaue Farbe bekannt. Er ist ein schneller Schwimmer und kann weite Strecken zurücklegen.



GRÖSSE



Bis zu 3,8 Meter lang

GEWICHT



Bis zu 205 kg

ERNÄHRUNG



Fische, Tintenfische,
Krebstiere

Tigerhai (*Galeocerdo cuvier*)

Lebensraum

Tropische und subtropische Küstengewässer weltweit

Besonderheiten

Tigerhaie haben ein unverwechselbares Streifenmuster auf ihrem Körper, das ihnen ihren Namen gibt. Sie sind bekannt für ihren breiten Nahrungsspektrum und ihre Neugier.



Danke Michael Mier und Michael Riedel (Scuba Freaks Rheinland) für das Bild

GRÖSSE



Bis zu 5 Meter lang

GEWICHT



Bis zu 900 kg

ERNÄHRUNG



MANCHMAL
SOGAR MÜLL

Allesfresser: Fische, Schildkröten, Seevögel

Hier noch ein paar Bilder weiterer Haie von Michael Mier und Michael Riedel (Scuba Freaks Rheinland)



WEISSSPITZEN-RIFFHAI



SEIDENHAI

GALAPAGOSHAI



AMMENHAI



KARIBISCHER RIFFHAI

BLEIB DRAN FÜR MEHR SPANNENDE FAKTEN UND WISSENSWERTES ÜBER DIE FASZINIERENDE WELT DES SCHWIMMENS UND DER MEERESBEWOHNER!

IN DER NÄCHSTEN AUSGABE GEHT ES UM WALE, DIE RIESEN DER MEERE

Leistungssport Schwimmen

Ein Kommentar aus dem Vorstand

Der erste Schritt zum Schwimmen wird oft von den Eltern unterstützt, die ihre Kinder aus verschiedenen Gründen in einem Schwimmverein anmelden. Es ist wichtig, dass die Kinder schwimmen lernen, damit sie im Urlaub in Freibädern, am Meer oder in Seen unbeschwert Spaß haben können. Viele Eltern, die selbst leidenschaftliche Schwimmer waren, freuen sich, wenn ihre Kinder diesen tollen Sport ebenfalls entdecken.

In den Vereinen bleiben viele Kinder über Jahre aktiv und entwickeln eine echte Leidenschaft für das Schwimmen. Talente und engagierte junge Schwimmer werden schnell erkannt und in passende Gruppen eingeteilt, wo sie gezielt trainieren und ihre Fähigkeiten weiterentwickeln können.

Schwimmen ist eine spannende und herausfordernde Sportart, die viel Training erfordert. Kinder, die im Leistungssport erfolgreich sein möchten, entwickeln dabei wichtige Eigenschaften wie Kampfgeist und Ehrgeiz. Ein fester Wille und Durchhaltevermögen helfen ihnen, auch nach einer Pause wieder Anschluss zu finden.

Es ist ganz normal, dass es Phasen gibt, in denen die Motivation schwankt. Doch genau diese Herausforderungen machen den Sport so besonders! Wenn man die eigenen Ziele erreicht und die Freude am Wasser wiederentdeckt, wird der Antrieb, weiterzumachen, umso größer.

ABTEILUNG WISSEN

Leistungsschwimmen erfordert Disziplin und regelmäßiges Training, aber es bringt auch viele positive Erfahrungen mit sich. Selbstkontrolle und der Wunsch, sich ständig zu verbessern, sind entscheidende Eigenschaften, die nicht nur im Sport, sondern auch im Leben von großem Wert sind. Also, auf ins Wasser und die eigenen Stärken entdecken – der Weg zum Erfolg beginnt hier!



PAUL BIEDERMANN



"ES WAR EIN TRAUM FÜR MICH, EINMAL SCHNELLER ZU SEIN ALS ER"

ECKDATEN

Größe: 1,94
Geburtsdatum: 7. August 1986 (37 Jahre)
Geburtsorts: in Halle (Saale)

ERFOLGE

- 2009 Weltmeister über 200 und 400 Meter Freistil
- drei Weltrekorde:
 - 200 m Freistil 1:42,00 min
 - 200 m Freistil (Kurzbahn) 1:39,37 min
 - 400 m Freistil 3:40,07 min
- Weltmeisterschaft 2015 : Bronze im 200 Freistil
- Olympische Spiele 2016: mit 200 m Freistil und 4x200 m Freistilstaffel jeweils sechster (Ende seiner Schwimmkarriere)
- In den Jahren 2003 bis 2009 erschwamm er viele weitere Erfolge und Siege bei deutschen Meisterschaften, die hier jetzt nicht alle aufgelistet werden

AUSZEICHNUNGEN

Deutschlands Sportler des Jahres (2009)
Europäischer Schwimmer des Jahres (2009)
Sportler des Jahres in Sachsen-Anhalt (2010)

LEBENS LAUF

In Halle (Saale) wurde Biedermann im Jahr 2004 Junioren-Europameister über drei Distanzen. Bei der Weltmeisterschaft 2009 in Rom schlug er Michael Phelps, den damaligen Superstar, über 200 Meter Freistil. Er gewann sechs EM-Titel, einmal WM-Silber und viermal WM-Bronze, zusätzlich zu seinen beiden Weltmeisterschaften. Er hat seit 2017 ein Fernstudium in Sportwissenschaft an der Universität Erlangen absolviert. Von 2010 bis 2015 hatte er eine Beziehung mit Britta Steffen, einer Schwimmerin und Doppelolympiasiegerin. Bekannt ist das Biedermann zurzeit mit seiner aktuellen Freundin in Halle (Saale) sein Leben fortführt.

FUN FACT

Paul Biedermann ist mit 5 Jahren durch die erste Seepferdchen-Prüfung gefallen.

WUSSTEST DU...

... das Pauli Biedermann, Michael Phelps 2009 über die Distanz von 200m Freistil geschlagen hat.

SARAH SJÖSTRÖM



„JE ÄLTER MAN WIRD, DESTO BESSER WIRD MAN. ES SEI
DENN, DU BIST EINE BANANE“

ECKDATEN

Geburtstag: 18. 08. 1993
Geburtsort: Salem, Schweden
Größe: 1,81 m
Verein: Energy Standard
Trainer: Johan Wallberg / Antonio Lutula
Disziplinen:
• Freistil
• Schmetterlin

BEWUNDERNSWERT

Sarah begann erst im Alter von 10 Jahren mit dem Schwimmen und wurde innerhalb von 4 Jahren Europameisterin über 100m Schmetterling.

GRÖSSTE ERFOLGE

Olympische Spiele:

- Gold in 100m Schmetterling (2016, Rio)
- Silber 200, Freistil (2016, Rio)
- Bronze 100m Freistil (2016, Rio)
- Silber in 50m Freistil (2020, Tokyo)

Weltmeisterschaften:

- 14x Gold
- 8x Silber
- 3x Bronze

Europameisterschaften:

- 17x Gold
- 7x Silber
- 3x Bronze

STOLZESTER MOMENT

Nach Ihrem Unfall 2021 (Sturz auf dem Eis) gleich wieder zurückgekommen zu sein, so wie sie es wollte.

WUSSTES DU DAS?

Liebings-Urlaubsziel: Kappstadt
Lieblingssportler außerhalb des Schwimmens: Serena Williams
3 Dinge auf einer einsamen Insel:
• Telefon
• Yacht mit Crew
• Bikini
Superkraft: Verwandlung
Titel Ihrer Biografie: "Unmöglich, bis es gemacht ist"
Beruf nach dem Schwimmen: Sport und Event Projektmanagerin
Öffentliche Person, die Sie bewundert: Elon Musk

LIEBLINGSBAD

Foro Italico in Rom. Da kann man draußen Schwimmen. Sarah's liebster Trainingspool ist im Trainingszentrum in Belek in der Türkei.

BESTES TRAININGSTOOL

Schnorchel

FLORIAN WELLBROCK



"SCHWIMMEN IST NICHT NUR MEIN SPORT, ES IST MEINE LEIDENSCHAFT. ES GIBT NICHTS BESSERES, ALS DAS GEFÜHL, NACH EINEM HARTEN RENNEN INS ZIEL ZU KOMMEN UND ZU WISSEN, DASS SICH ALL DIE HARTE ARBEIT AUSGEZAHLT HAT."

ECKDATEN

Geburtstag: 19. August 1997
Geburtsort: Bremen, Deutschland
Größe: 1,92 m
Verein: SC Magdeburg
Trainer: Bernd Berkahn
Disziplinen:

- Freistil (vor allem Langstrecken)
- Freiwasserschwimmen (10 km)

MOTIVATION

"Ich liebe es, mich selbst zu pushen und meine Grenzen zu überschreiten. Jeder Wettkampf ist eine neue Herausforderung, und ich gebe immer mein Bestes, um meine Ziele zu erreichen."

GRÖSSTE ERFOLGE

Olympische Spiele 2021 (Tokio):

- Goldmedaille im 10 km Freiwasserschwimmen
- Bronzemedaille über 1500 Meter Freistil

Weltmeisterschaften 2019 (Gwangju):

- Goldmedaille im 10 km Freiwasserschwimmen
- Goldmedaille über 1500 Meter Freistil

Europameisterschaften:

- Mehrere Medaillen in verschiedenen Freistil- und Langstreckenwettbewerben

HOBBYS

Lesen, Musik hören, Zeit mit Freunden und Familie verbringen

WUSSTES DU DAS?

Spitzname: Flo
Lieblings-Urlaubsziel: Paris
Lieblings-Musik: Deutsch-Rap und Charts
Lieblings-Essen: Pizza oder Pasta in allen Variationen
Lieblings-Beschäftigung: Spazierengehen mit seinem Hund
Lieblings-Strecke beim Schwimmen: 1500 Meter
Wo würde er gerne leben? New York
Wenn er nicht Schwimmer wäre, dann... würde er heute im Büro sitzen.
Wer inspiriert ihn? Sein Vater
Am besten abschalten... In der Natur

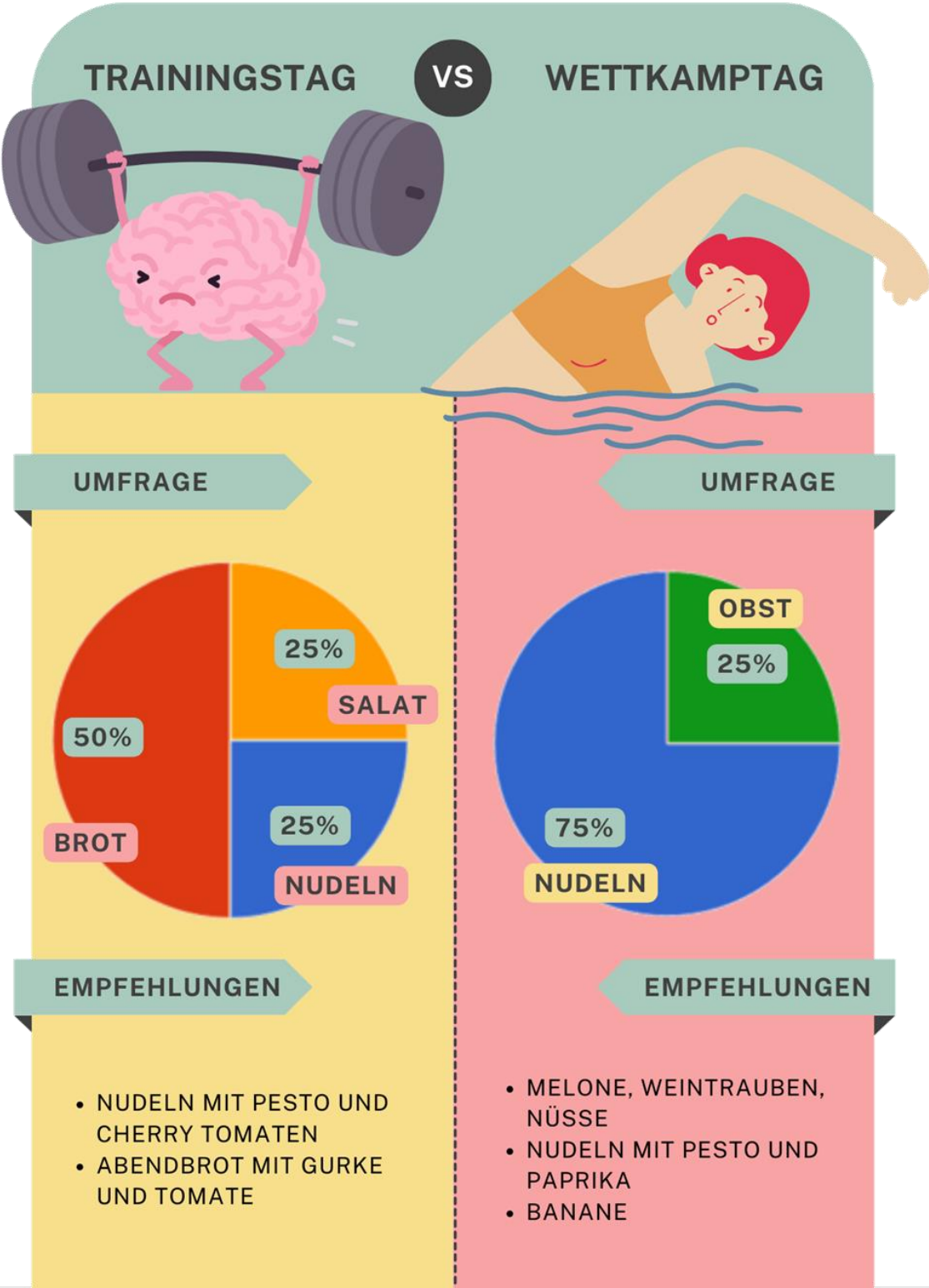
ZUKUNFTSZIELE

- Weitere Medaillen bei int. Wettkämpfen gewinnen
- Neue persönliche Bestzeiten aufstellen
- Noch mehr junge Schwimmer inspirieren und motivieren

PERS. BESTZEITEN

1500 Meter Freistil: 14:36.15 min
800 Meter Freistil: 7:41.77 min

WAS ESSEN AM...



ANKÜNDIGUNGEN UND AUSBLICK

SEPTEMBER

20.09. – 22.09.2024

Jugendwochenende in Jena

DEZEMBER

29.11. – 01.12.2022

Weihnachtszauber in Dresden



Halte die Augen offen für unseren Jahresplan 2025



Bitte informiere Dich über die aktuellen Termine unter
www.thueringerschwimmjugend.de sowie auf Instagram und Facebook



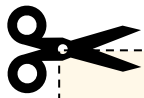
Instagram



Facebook



Homepage



ICH PACKE MEINEN KOFFER...

... und nehme mit



ALLTAGSKLEIDUNG



UNTERWÄSCHE &
STRÜMPFE



SCHLAFANZUG



SPORTSACHEN



FESTE SCHUHE



BADELATSCHEN



ZAHNBÜRSTE +
ZAHNPASTA



SHAMPOO +
DUSCHBAD



KAMM/ HAARBÜRSTE



HANDTUCH/
WASCHLAPPEN



(SONNEN-)
CREME



MÜTZE/ CAPI



(REGEN-)
JACKE



SONNEN-
BRILLE



KARTENSPIEL



BUCH



RUCKSACK



KRANKEN-
KASSENKARTE



EIN WENIG
TASCHENGELD



FAHRT-
VERPFLEGUNG

IMPRESSUM

Der Chlorreiche Badelatsch ist eine unabhängige Jugendpublikation der Thüringer Schwimmjugend (TSJ) im Thüringer Schwimmverband e. V.

Herausgeber: Thüringer Schwimmjugend im Thüringer Schwimmverband e. V.

Anschrift: Schützenstraße 4, 99096 Erfurt

E-Mail: jugend@thueringerschwimmverband.de

Homepage: <http://www.thueringerschwimmjugend.de/>

Facebook & Instagram: Thüringer Schwimmjugend, @schwimmjugend

Redaktion & Layout: Karoline Kny, Lilly Berg, Eva Weigel

Texte: Jugendvorstand der Thüringer Schwimmjugend & Zuschriften der Teilnehmer*innen

Fotos: Privat, www.pixabay.com

Vertrieb: An alle Schwimmer*innen und Schwimmsportinteressierte durch die Mitglieder der TSJ

Auflage: 200 Stück bei kostenfreier Verteilung

Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträger, auch auszugsweise, nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung des Herausgebers. Die Redaktion behält sich das Recht auf Kürzungen und redaktionelle Änderungen von Zuschriften vor.

Das Design und das Layout wurden mit www.canva.com und ©PowerPoint erstellt.



Nur mit euer Hilfe und euren Ideen wird der Badelatsch so schön. Lasst uns zusammen auch die nächste Ausgabe gestalten!

Schickt uns Ideen und Einsendungen an jugend@thueringerschwimmverband.de oder @schwimmjugend